

Школа

МБОУ "Жигинская СОШ"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: Должность

фамилия

Дата

Директор

Антипина Валентина Николаевна

 28 8 2024
 день месяц год

Неде ля	День недел и	Прим е н н о е п и щ и	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	рассолыник ленинградский	200	12	15	37	401	96	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0	0	13	55	685	
			хлеб	хлеб пшеничный	30	2	0	15	71	акт	
			фрукты	яблоко	100	0	0	13	52		
			<i>итого</i>		530	14	15	78	579		
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
1	1	<i>Итого за день:</i>			0	0	0	0	0	0	0
1	2	Завтрак	гор.блюдо	плов из мяса говядины	530	14	15	78	579		0
			гор.напиток	чай с сахаром, лимонном	250	14	18	36	480	265	
			хлеб	хлеб пшеничный	200	0	0	15	62	686	
			фрукты	апельсин	30	2	0	15	71	акт	
					100	0	0	13	52		
			<i>итого</i>		580	16	18	79	665		0

1	2	Обед	закуска												
1	2	Обед	1 блюдо												
			2 блюдо												
			гарнир												
			Напиток												
			хлеб бел.												
			хлеб черн.												
				<i>итого</i>											
1	2	<i>Итого за день:</i>													
1	3	Обед	гор. блюдо	каша пшеничная молочная с маслом	200	8	14	23	235	182				0	
			гор. напиток	кисель	200	0	0	25	103	516					
			хлеб	хлеб пшеничный	30	2	0	15	71						
			хлеб	батон с сыром	40	5	4	18	131						
			фрукты	мандарины	100	0	0	13	52						
				<i>итого</i>											
1	3			закуска		570	15	18	94	592					0
				1 блюдо											
			2 блюдо												
			гарнир												
			Напиток												
			хлеб бел.												
			хлеб черн.												
			<i>итого</i>												
1	3	<i>Итого за день:</i>			0	0	0	0	0	0				0	
1	4	Завтрак	гор. блюдо	гуляш с картофелным пюре	570	15	18	94	592					0	
			гор. напиток	какао на молоке	225	15	19	43	406	291					
			хлеб	хлеб пшеничный	200	3	3	22	131	397					
					30	2	0	15	71						

2	4	Обед	итого	540	18	24	81	607		0
			закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			итого	0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:		540	18	24	81	607		0
2	5	Завтрак	гор. блюдо	250	14	20	35	370	акт	0
			гор. напиток	200	0	0	15	62	686	
			хлеб	30	2	0	15	71	акт	
			сладкое	100	3	2	13	124	428	
			итого							
2	5	Обед	закуска	580	19	22	78	627		0
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			итого	0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:		580	19	22	78	627		0
Среднее значение за период:				556,5	18,4	21	85,4	613		0